

I PROGRESSI DELLA MEDICINA

L'insonnia e il modo di curarla

Horace Bianchon scrive nel *Figaro* :
« Uno dei mesi più simpatici, contra-
telli, lessi di questi giorni dinanzi una
delle nostre società scientifiche, un'in-
terossante comunicazione sull'insonnia e

sul modo di curarla. Le idee sciolte dai conferenzieri merita però di essere divulgate anzitutto perché il numero degli infelici che dormono male non dormono affatto è straordinariamente grande poi perché il confratello, partigiano più dell'igiene che degli apodici, proscrive l'uso di questi, e si accontenta di addormentarci con mazzi fisci, direi quasi macconici.

Per il mio confratello, il sonno è la
insonnia, non sono che degli episodi dello
stato dell'anima, e, per intendere ciò, di
quell'anima, che, — se mi passate la
frase — chiamerò laica, di quell'anima i
cui problemi non sono più che problemi
di meccanica, e di cui è la materiale
incarnazione, il cervello di quell'anima,
cioè, le cui variazioni si possono misu-
rare col manometro, l'anima-macchina
di cui gli specialisti del sistema nervoso
aspirano a diventare i meccanici.

Ecco come l'amico mi ha trattato la questione: Anzitutto egli ha stabilito che l'insonnia è sempre dovuta ad uno stato d'eccitazione eccessiva della cellula del nostro cervello. Quest'eccitazione proviene, secondo lui, da due cause in parte conducenti al medesimo risultato: dall'iperemia e dall'anemia. Ogniqual volta la pressione del sangue nelle arterie è

troppo alta o troppo bassa, non siamo
snervati e non possiamo sfidare aglio.
L'abuso del sud, del caffè, dell'alcool,
le emozioni vive, tutto ciò che allontana
troppo il sistema nervoso ci procura in-
sonnia per eccesso di forza, l'indolgia della
macchina umana. Ma gli ideali e affetti
sono costretti a soffrire gli infelici, il
cui stomaco è vuoto e che soffrono di
debolezza, i convalescenti del tifo, gli
anemici, i debilitati, i malati di cuore, i
della nevrosi, i disgraziati colpiti
da malattia cardiaca; in tutti questi
l'insonnia proviene dalla pressione trop-
po bassa, poiché in essi la macchina
umana ha perduto l'energia necessaria

Di fronte a queste due cause, inverse e naturali, cioè se debbano usare due inversi trattamenti. Alloreché il manometro vi indica che la pressione è troppo alta, conservate l'eccesso della vostra energia nervosa nell'esercizio fisico e nel lavoro intellettuale. Montate in bicicletta, semplicemente andate a passeggio per una mezz'ora od un'ora dopo il vostro pasto, della sera, coricatevi non aggressivamente affranto dalla fatica, ma discretamente stanco per l'esercizio muscolare.

Voi non sentirete più una certa nervosità nelle gambe, un bisogno d'aggraviarvi che vi fa dimenticare continuamente sui guanciali: il sonno verrà senza farsi attendere.

Affiatate ancora il vostro spirito, preferibilmente di mattina, voi ne otterrete un assopimento il quale aggiunto agli effetti della stanchezza della sera, si tramuta, quando andate a coricarvi, in un sonno più profondo e più duraturo di quello che possiate immaginare.

Non bisogna, però, trascurare questi altri consigli: è necessario mangiare con sobrietà, dormire, con la testa alta e non coprirsi soverchiamente durante la notte.

L'altra categoria, quella dell'anima, dalle forze fisiche deboli e dal sistema nervoso depresso, dovrà dormire per la testa bassa, nutrirsi il più abbondantemente possibile, ricorrere ai movimenti fisici, che aumentano la "pressione" del sangue insieme alla forza, alle "doccie" ai massaggi, alle iniezioni ipodermiche di acqua salata, alle frizioni a secco del guanto di crine ed alle scintille, e alle correnti della macchina elettrica statica.

Mia con la più parte degli organismi depressi che hanno una reazione pronta non v'è un bisogno assoluto di ricorrere a questi procedimenti energici: la più leggera eccitazione fisica, la luce di una candela o lo stono di una voce sono sufficienti a ristabilire l'equilibrio del cervello.

Si trovano, per esempio, certe persone deboli, che non possono addormentarsi senza avere un lume nella loro camera. Accade con i fanciulli, per e

Siatusi persuasi. Nella vita pratica non ci sono dottrine, ma, soltanto, uomini. Ecco perchè le istituzioni d'un paese servono — su per giù, ad alcuni certi confini, ci casipace — in modo eguale. Gli uomini chiamati a governare, stupidi o perversi, sulle istituzioni migliori, renderanno un paese alla rovina estrema. Altri uomini avveduti ed abili, vedendo in un paese di istituzioni imperfette, sapranno raggiungere splendidi risultati.

Di tanto in tanto — specialmente

beneficio è già apprezzabile.

Le liquidazioni commerciali dell'ultima settimana d'agosto, sorpassano già i 4 miliardi di franchi, e sono in aumento del 20 per cento sulla corrispondente settimana del mese d'agosto 1951.

Resta meno grave la questione dell'argento, equilibrato il bilancio, facilitati gli scambi, i democratici possono invocare, colla coscienza sicura, il giudizio degli elettori.

Potessero dire altrettanto gli italiani

Eugenio Valli

Mia con la più parte degli organismi depressi che hanno una reazione pronta non v'è un bisogno assoluto di ricorrere a questi procedimenti energici: la più leggera eccitazione fisica, la luce di una candela o lo stono di una voce sono sufficienti a ristabilire l'equilibrio del cervello.

Si trovano, per esempio, certe persone deboli, che non possono addormentarsi senza avere un lume nella loro camera. Accade con i fanciulli, per e

Ora il pacifico e sereno linguaggio del conte Kulnoky dà la più ampia recisa smentita a tutte le dicerie di quella stampa che ha eretto l'oppo-

La *Tribuna* pubblica una lunga intervista con un amico che a sua volta si fa credere abbastanza addotto negli intendimenti dell'on. Crispi, per preannunciare, circa gli ultimi comunistissimi avvenimenti. L'amico si disse sorpreso che antichi e provati amici di Crispi possano ingannare sul suo conto fino

Siatusi persuasi. Nella vita pratica non ci sono dottrine, ma, soltanto, uomini. Ecco perchè le istituzioni d'un paese servono — su per giù, ad alcuni certi confini, ci casipace — in modo eguale. Gli uomini chiamati a governare, stupidi o perversi, sulle istituzioni migliori, renderanno un paese alla rovina estrema. Altri uomini avveduti ed abili, vedendo in un paese di istituzioni imperfette, sapranno raggiungere splendidi risultati.

Di tanto in tanto — specialmente

beneficio è già apprezzabile.

Le liquidazioni commerciali dell'ultima settimana d'agosto, sorpassano già i 4 miliardi di franchi, e sono in aumento del 20 per cento sulla corrispondente settimana del mese d'agosto 1951.

Resta meno grave la questione dell'argento, equilibrato il bilancio, facilitati gli scambi, i democratici possono invocare, colla coscienza sicura, il giudizio degli elettori.

Potessero dire altrettanto gli italiani

Eugenio Valli

Mia con la più parte degli organismi depressi che hanno una reazione pronta non v'è un bisogno assoluto di ricorrere a questi procedimenti energici: la più leggera eccitazione fisica, la luce di una candela o lo stono di una voce sono sufficienti a ristabilire l'equilibrio del cervello.

Si trovano, per esempio, certe persone deboli, che non possono addormentarsi senza avere un lume nella loro camera. Accade con i fanciulli, per e

Le inserzioni per *Il Friuli* si ricevono esclusivamente presso l'Amministrazione del Giornale in Udine

GRANDE SUCCESSO

dopo 10 giorni è già uscita la seconda edizione del libro «35 Novelle Concorso letterario Hermann» che trovasi in vendita in tutta Italia, sempre presso i buoni librai, le pubbliche edicole giornalistiche e quelle nelle stazioni ferroviarie e principalmente a Milano nel Grande Magazzino di specialità estere G. Hermann, produttore dell'Acqua Colonia Orientale, e nelle sue 5 succursali al prezzo di lire 1 al volume aggiungendovi cent. 20 per spedizione postale.

Elenco delle raccolte 35 Novelle premiate con lire 100 - 50 - 25.

Con lire 100:	Con lire 50:	Con lire 25:
Da Milano a Colonia e viceversa, del senatore Paolo Mazzogno — Un duello mondano, di Louis Prostini — La prova, di Ettore Stenali — Storia d'amore, di Ettore Fornari — Un episodio in Sicilia, di Odjano de Tarsia.	Reclutaggio, di Michele Montecorvo — L'omertà, di Carlo Legheza — Man. art. 15, di Luigi Ghezzi — Sacrificio, di Maria Guaroschi — Amore, amor, di Paolo Cavazzutti — Fato d'artista, di Alfonso Lazari — O. C. A., di Augusto Rontini — Carmela di Giovanni Gibellini.	Il profumo, di Arturo Andreotti — Una nube, di Esmeralda Rivalto — I fiori di sacrificio, di Oreste Poggio — Tempesta in una boccata, di Personio Basasco — Villa Speranza, di Edvigo Crespi — Una regata di Venezia, di Lodiello Porta — Non dura sempre l'amore, di Rodolfo Tricchi — De Carlo Dadone — Granchio, di Floré di madre, di G. Ottolenghi — Il vanto, ecc.

Diffida - Girolamo Pagliano

nel vero interesse della salute dei consumatori

Condanna di falsificatori.

Lo SCIROPO PAGLIANO, depurativo del sangue fu inventato dal Prof. Girolamo Pagliano e soltanto gli eredi del medesimo ne possiedono il segreto ed hanno il diritto di fabbricarlo e smerciarlo. Essendosi vari Pagliano ed altri che abusano del nome, dando del "sciroppo", essi fabbricano il Vero Sciroppo Pagliano depurativo del sangue, questi di Girolamo Pagliano di Firenze, via Pandolfini 18, casa propria, si credono in diritto di smascherare, essi falsificatori, e mentre si riserva di far valere i suoi diritti, per la via legale, rammentando al Pubblico che il Tribunale Civile di Firenze con sentenza 20-22 dicembre 1893, la Corte d'Appello di Firenze con sentenza 28 marzo 1893, e l'Escelesiastica Corte di Cassazione di Roma con sentenza 28 dicembre 1893, poi il Tribunale Civile di Firenze con altre sentenze 14-15 aprile, 28-30 aprile e 24 luglio 1894, hanno confermato e stabilito che il vero sciroppo è quello della Ditta Girolamo Pagliano, ha diritto di fabbricare e vendere lo SCIROPO PAGLIANO, rendendo i contraffattori passibili delle spese e dei danni.

Nessun'altra Ditta fuorché la nostra può offrire, come facciamo noi DIECI MILA LIRE di chiunque potrà provare di essere il Successore legittimo del Prof. Girolamo Pagliano inventore dello Sciroppo Pagliano depurativo del sangue, ciò basta a smascherare le mendaci affermazioni dei falsificatori, i quali per certo non possono fare simile offerta e solo cercano d'ingannare il Pubblico.



Acqua della Corona

preparata dalla preparata Profumeria
ANTONIO LONGEA
VENEZIA, — S. Salvatore, 4822-23-24-25

POTENTE RISTORATORE

dei capelli e della barba

Questa nuova preparazione, non essendo una delle solite tinture, possiede tutte le facoltà di ridare ai capelli ed alla barba il loro primitivo e naturale colore.

Essa è la più rapida tintura progressiva che si conosca, poiché senza macchiare affatto la pelle e la biancheria, in pochissimi giorni fa tornare ai capelli ed alla barba un castagno o nero perfetti. La più preferibile alle altre perché composta di sostanze vegetali, e perché la più economica non costi altro soltanto che

Lire DUE la bottiglia

Trovasi vendibile presso l'Ufficio Annunzi del Giornale IL FRIULI, Udine, Via Prefettura N. 8.



VERA ACQUA DI GIGLIO E GELSOMINO

Uno dei più ricercati prodotti per la toilette è l'Acqua di Fiori di Giglio e Gelsomino. La virtù di quest'Acqua è proprio della sua notevolità. Essa dà alla cute della carne quella morbidezza, e quel vellutato che pare non stiano che dei più bei giorni della gioventù e fa sparire macchie rosse. Qualunque signora (e quale non lo è?) gelosa della purezza del suo colorito, non potrà fare a meno dell'Acqua di Giglio e Gelsomino il cui uso diventa ormai generale.

Prezzo: alla bottiglia L. 1.40.

Trovasi vendibile presso l'Ufficio Annunzi del Giornale IL FRIULI, Udine, via della Prefettura n. 8.

VOLETE DIGERIR BENE??



F. BISIOLI
CONCESSIONARIO
MILANO

Avrete sempre appetito se prima dei pasti farete uso del **Ferro-China-Bisioli** liquore stomacico a costi tucati.

Felice Bisioli & C. - Milano

ORARIO FERROVIARIO

Partenza	Arrivi	Partenza	Arrivi
DA UDINE A VENEZIA	DA VENEZIA A UDINE	DA UDINE A VENEZIA	DA VENEZIA A UDINE
M. 2.00	O. 6.55	M. 5.05	O. 7.40
M. 4.50	O. 9.10	M. 6.25	O. 10.15
M. 7.05	O. 10.14	M. 8.45	O. 11.24
M. 11.25	O. 14.15	M. 14.20	O. 15.56
O. 15.30	O. 19.20	M. 15.15	O. 16.40
O. 17.50	O. 22.45	M. 17.31	O. 19.40
O. 20.15	O. 23.05	O. 22.20	O. 23.55

Questo treno si ferma a Portogruaro.

(*) Partenza da Portogruaro.

DA CARRARA A SPILIMBERGO	DA SPILIMBERGO A CARRARA
O. 9.30	O. 7.55
M. 14.45	M. 15.10
O. 10.15	O. 17.55

DA UDINE A PORTOGUARO	DA PORTOGUARO A UDINE
O. 5.55	O. 6.30
M. 7.55	O. 9.25
O. 10.40	O. 13.44
O. 17.05	O. 18.55
O. 17.55	O. 20.50

Coincidente — Da Portogruaro per Venezia alle ore 19.12 e 19.52 Da Venezia arrivo alle ore 18.15.

DA UDINE A PORTOGUARO	DA PORTOGUARO A UDINE
O. 7.57	M. 6.52
M. 13.14	O. 13.32
O. 17.25	M. 17.14

DA UDINE A CIVITAVECCHIA	DA CIVITAVECCHIA A UDINE
M. 6.10	O. 7.10
M. 9.10	M. 9.55
M. 11.30	O. 12.29
O. 15.30	O. 18.49
M. 19.44	O. 20.30

DA UDINE A TRIESTE	DA TRIESTE A UDINE
O. 2.55	O. 3.35
O. 3.01	O. 9.10
M. 15.42	O. 16.46
O. 17.55	M. 17.40

ORARIO DELLA TRAMVIA A VAPORE UDINE-SAN DANIELE

Partenza	Arrivi	Partenza	Arrivi
DA UDINE A S. DANIELE	DA S. DANIELE A UDINE	DA UDINE A S. DANIELE	DA S. DANIELE A UDINE
R.A. 8.00	O. 9.42	O. 8.50	R.A. 8.52
R.A. 17.30	O. 18.05	O. 11.10	S.T. 12.30
R.A. 14.45	O. 15.55	O. 13.50	R.A. 15.30
R.A. 18.10	O. 18.52	O. 18.10	S.T. 19.50

RIMEDIO CONTRO LA TISI

con l'uso della **POZIONE ANTISEPTICA** del Dottor G. BANDIERA DI PALERMO

La **Posione Antiseptica** del Dottor Bandiera è il rimedio più potente per combattere la tubercolosi, le bronchiti, i catarrhi polmonari, leucemie e procti, e le affezioni di fegato e della trachea.

Dalla **posione**, dotata di gusto gradevole, impedisce subito i progressi del male, uccidendo il bacillo di Koch non solo, ma possiede tutte le proprietà tanticostituenti, rinforzando lo stomaco e per rinovare l'appetito.

La tosse, la febbre, l'aspettazione, i sudori notturni e gli altri sintomi della tubercolosi polmonare, migliorano sin da principio e cessano rapidamente con l'uso regolare dell'**antiseptico**.

Inoltre tale specifico è utilissimo come **tattico** in qualsiasi emorragia interna ed esterna, e specialmente per l'emottisi e la **metemottisi**, le quali ferili malattie, abbandonate a se stesse, producono la tisi e poi la morte!

CERTIFICATO

Io qui sottoscritto, dichiaro che la **posione antiseptica** preparata dal Prof. Bandiera di Palermo, ogni volta da me usata nei numerosi casi di tisi, non mancò di produrre i più salutarissimi e solleciti effetti negli ammalati. Gli è perciò che io non cessai di far plauso a quel valente dottore, designando la più larga parte del mio retaggio pratico alla efficacia della sua **posione**.

Dot. D. MARINI

Prezzo d'ogni bottiglia, con istruzioni, L. 4.—

Unico deposito in **PALERMO**, presso la **FARMACIA NAZIONALE**, Via Tormitori, 85. In **BRUNO** presso la **FARMACIA SESTONI**, — **ROMA**, Farmacia Garbieri, — **NAPOLI**, presso la **Ditta Lanelli** (Piazza Municipio).

RIGENERATORE UNIVERSALE

Ristoratore dei capelli Fratelli RIZZI — Firenze

DI ANTONIO LONGEA



Questo preparato che costa più di trent'anni di vita con brillante successo, senza essere una tintura, ridà ai capelli bianchi il loro primitivo color nero, castagno, biondo; impedisce la caduta; rinforza il bulbo, e dà loro la morbidezza e brillantezza della gioventù. Non loda la pelle né la biancheria e pulisce il capo dalla forfora. Vi è preferito da tutti per la sua semplicità. Applicazione.

Alla bottiglia L. 2. per posta aggiungere cent. 60.

ACQUA CELESTE AFRICANA

la più rinomata tintura in una sola bottiglia

Tinge perfettamente i capelli e la barba, senza lavarsi né prima né dopo l'applicazione. Ognuno può tingersi da sé impiegandovi meno di cinque minuti. L'applicazione è duratura 15 giorni.

Una bottiglia in elegante astuccio ha la durata di 6 mesi e costa L. 4.

CERONE AMERICANO

Tintura in Cosmetico

Unica tintura solida a forma di cosmetico, preferita a quanto si trovava in commercio. Il **Cerone Americano** oltre che tingere al naturale i capelli e la barba e la tintura più comoda in viaggio perché trasportabile, ed evita il pericolo di macchiare, come avviene per quella da due o tre bottiglie.

Il **Cerone Americano** è composto di idrolita di bina la quale ridà ai capelli e la barba il loro primitivo colore. Tinge in **BIONDO CASTAGNO** o **NERO** perfetti. — Un pezzo in elegante astuccio L. 3.50.

Tintura Fotografica Istantanea

Questa premata tintura possiede la virtù di tingere i capelli e la barba in **BRUNO** o **NERO** naturale, senza macchiare la pelle, come fanno le altre parti delle tinture vendute fuori in Europa. Di più, lascia i capelli morbidi e sani, prima dell'applicazione e non il minimo danno alla salute. — Prezzo della scatola L. 4.

Trovasi vendibile presso l'Ufficio Annunzi del Giornale IL FRIULI, Udine, Via Prefettura n. 8.

TORD-TRIPE

Premiato all'Esposizione di Parigi 1889

CON MEDAGLIA D'ORO

Infallibile distruttore dei **Topi, Sorci, Talpe** senza alcun pericolo per gli animali domestici; da non confondersi colla pasta Bolese che è pericolosa per i suddetti animali.

DICHIARAZIONE

Bologna, 30 gennaio 1890.

Dichiaro che con piacere che il signor **A. Conzatti** ha fatto ad alcuni Stabilimenti di macinazione grano, pilatura riso, e fabbrica Pasta in questa Città, due esperimenti del suo preparato detto **TORD-TRIPE**, e l'esito ne è stato completo, con nostra piena soddisfazione.

In fede

FRATELLI FOGGIOLI

Pacchetto grande L. 2.00 — Piccolo L. 0.50

Trovasi vendibile in UDINE, presso l'ufficio annunzi del giornale IL FRIULI, Via della Prefettura N. 8.